

Méditation

tibétaine Bön Ligmincha France

Le Bön est une tradition spirituelle tibétaine pluri-millénaire. C'est une voie vers l'éveil qui propose une diversité de pratiques d'un grand soutien dans la vie quotidienne des pratiquants.

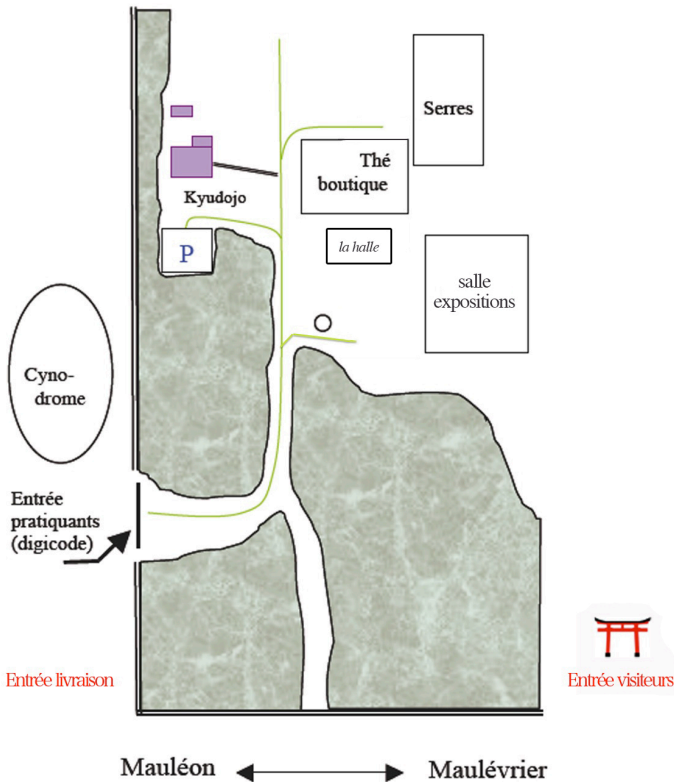


Selon l'enseignement
de Tenzin Wangyal Rinpoché

**Kyudojo
Parc Oriental-Maulévrier**

Le Kyudojo se trouve au sein
du Parc Oriental de Maulévrier.

L'entrée des pratiquants
se fait par le portail coulissant
côté cynodrôme (digicode) .



La méditation est une méthode pour prendre conscience de la perfection intrinsèque de chaque moment, pour la reconnaître. Il ne s'agit pas de découvrir ou de cultiver quelque chose que nous n'avons pas, mais d'être conscient de ce que nous avons déjà. Les méthodes n'impliquent pas d'apprendre des rituels ni de suivre des philosophies compliquées. Il s'agit plutôt de faire l'expérience directe de la vie, sans aucune doctrine, ni forme, ni rivalité religieuse ou philosophique.

Notre Nature est parfaitement pure et complète, et cette pureté, quand elle ne rencontre pas d'obstacle, peut s'exprimer sans efforts, d'une façon bénéfique pour tous.

Tenzin Wangyal Rinpoché

« Une demi-heure de méditation
est essentielle...
sauf quand on est très occupé,
alors une heure est nécessaire. »

Saint François de Sales

Méditation Kyudojo de Maulévrier

HORAIRES

Zoom (dirigée par Bernard)

- mardi : 7h à 8h

En présentiel au kyudojo :
conduit par Frédéric Pantaloni

- mercredi : 19h à 20h

- samedi matin : 8h à 9h



**Il est nécessaire d'arriver 15 min avant
pour la préparation du lieu.**
(même sur zoom)

Se munir de vêtements confortables
et chauds en hiver.

Apportez un coussin de type zafu
et une couverture.

Il est possible de rester assis sur une chaise.

PARTICIPATION

*Découverte : Il est possible de participer
ponctuellement à une séance.*

Participation demandée : 10€

° Inscription Associations 2023/2024 :

- 30 € pour Ligmincha France
- 14,25 € pour le Parc Oriental
(sauf habitants de Maulévrier)
- 20 € pour le kyudojo

° Pratique régulière :

- zoom uniquement : 180 € l'année
- dojo : les deux séances 200 € l'année
- dojo + zoom : 280 € l'année

Renseignements :

Frédéric Pantaloni
tél : 06 63 71 45 17

mail : pantalonifrederic@gmail.com

sites internet

youtube - chaine ligminchafrance
facebook - Ligmincha.France.Suisse
www.parc-oriental.com/activites/arts-orientaux



Tenzin Wangyal Rimpoché est un maître reconnu de la tradition Bouddhiste Bön du Tibet. Respecté dans le monde entier, il est le fondateur et le directeur spirituel de Ligmincha International.

Enseignant en Occident depuis 1988, Tenzin Wangyal Rimpoché est renommé pour la profondeur de sa sagesse, pour son style clair et engageant et pour son talent à rendre les anciens enseignements Tibétains accessibles et pertinents pour les Occidentaux.

Il est l'auteur de nombreux livres Et enregistrements audio et vidéos.

Ouvrages de T.W.R.

Aux Editions Claire Lumière

www.clairelumiere.com